

第10弾

うつにならない

2020年
3月8日(日)

参加無料

会場 早稲田大学 井深大記念ホール

時間 13:00~17:00 (開場・受付 12:30)

講演1 13:10~14:00	うつの悪循環の克服:仕組みを知って対処しよう 坂本 真士 日本大学教授
講演2 14:00~14:50	女性がうつにならないための3つの提案 香山 リカ 立教大学教授
講演3 15:10~16:00	うつにならない、負けない生き方 山田 和夫 横浜尾上町クリニック院長、東洋英和女学院大学教授
16:00~16:50	パネルディスカッション 司会:山本晴義 横浜労災病院勤労者メンタルヘルスセンター長、 公益財団法人パブリックヘルスリサーチセンター評議員



交通

- 早稲田大学 井深大記念ホール
(〒169-0051 東京都新宿区西早稲田1丁目20-14)
- 早稲田大学総合学術センター 国際会議場内
- ◇東京メトロ東西線「早稲田駅」徒歩 9分
 - ◇都バス「西早稲田バス停」徒歩 6分
 - ◇都電荒川線「早稲田駅」徒歩 4分

申込

WEB(<https://www.phrf.jp>)またはFAX(03-5287-5072)
①イベント名②お名前③連絡先を明記し、お申込み下さい

定員 400名(先着)



WEB 申込

主催 公益財団法人パブリックヘルスリサーチセンター ストレス科学研究所

【申込・お問合せ先】 東京都新宿区西早稲田 1-1-7 TEL:03-5287-5168/FAX:03-5287-5072/E-mail:kensyu-stress@phrf.jp

厚生労働省が実施している調査によると、日本の気分障害患者は 2008 年に 100 万人を超えました。

また、内閣府の自殺対策白書によると、自殺者数自体は減少傾向にあるものの、その原因として「健康上の問題」が第 1 位であることには変化がありません。

本シンポジウムでは、うつ病臨床の第一人者の先生方からうつ病予防について最新の知見をお話しいただきます。この機会に、うつ病予防の正しい知識を身につけましょう。

講師プロフィール

坂本 真士（さかもと しんじ）日本大学教授

専門分野：社会心理学、臨床心理学

東京大学大学院社会学研究科博士課程修了。国立精神・神経センター精神保健研究所特別研究員、大妻女子大学専任講師、日本大学助教授を経て現職。日本うつ病学会理事、日本ストレス学会理事、日本精神衛生学会理事、日本心理学会監事、日本学術会議連携委員。著書に「ポテンシャル社会心理学」（サイエンス社）、「対人的かわりから見た心の健康」（北樹出版）、「事例でわかる心理学のうまい活かし方」（金剛出版）、「ネガティブ・マインド」（中公新書）ほか多数。

香山 リカ（かやま りか）立教大学教授

専門分野：精神医学

東京医科大学卒業。神戸芸術工科大学助教授、帝塚山学院大学教授を経て現職。著書に「うつで困ったときに開く本」（朝日新書）、「うつになる職場ならぬ職場」（にんげん出版）、「マインドフルネス最前線」（サンガ）、「人生が劇的に変わるスロー思考」（ビジネス社）、「精神科医ですがわりと人間が苦手です」（大和書房）、「ヒューマンライツ：人権をめぐる旅へ」（ころから）、「執着 生きづらさの正体」（集英社クリエイティブ）ほか多数。

山田 和夫（やまだ かずお）横浜尾上町クリニック院長、東洋英和女学院大学教授

専門分野：精神医学、精神保健学、臨床死生学

横浜市立大学医学部卒業。横浜市立大学医学部神経科医局長、平塚病院副院長、横浜市立大学医学部附属浦舟病院神経科部長、同附属市民総合医療センター精神医療センター部長（助教授）を経て現職。日本病跡学会理事長、日本外来臨床精神医学会理事、日本不安症学会理事、日本自殺予防学会理事、日本精神医学史学会評議員、日本うつ病学会監事等。著書に「ストレスチェック・うつ病診療ハンドブック」（日経メディカル）、「精神保健医療福祉白書」（中央法規出版）、「うつにならない・負けない生き方」（サンマーク出版）、「うつのすべてがわかる本 - 予防・早期発見・治療」（土屋書店）、「不安・うつは必ず治る」（勉誠出版）、ほか多数。

司会プロフィール

山本晴義（やまもと はるよし）横浜労災病院勤労者メンタルヘルスセンター長

東北大学医学部卒業。岩手県立磐井病院（内科）、南光病院（精神科）、東北大学心療内科助手、呉羽総合病院心療内科部長、梅田病院院長、横浜労災病院心療内科部長を経て 1998 年より現職。専門は心身医学、産業医学、健康教育学。「ストレスー日決算主義」、「こころの回復 6 つの習慣」、「Dr.山本流 ストレスチェック完全攻略!」、など著書多数。勤労者こころのメール相談（無料）は 11 万件超の実績。

公益財団法人パブリックヘルスリサーチセンター

当法人はストレスが心身の健康に及ぼす影響等を研究し、研究助成や臨床研究支援などを通して、疾病予防や健康増進など国民保健の維持向上を目指す公益法人です。